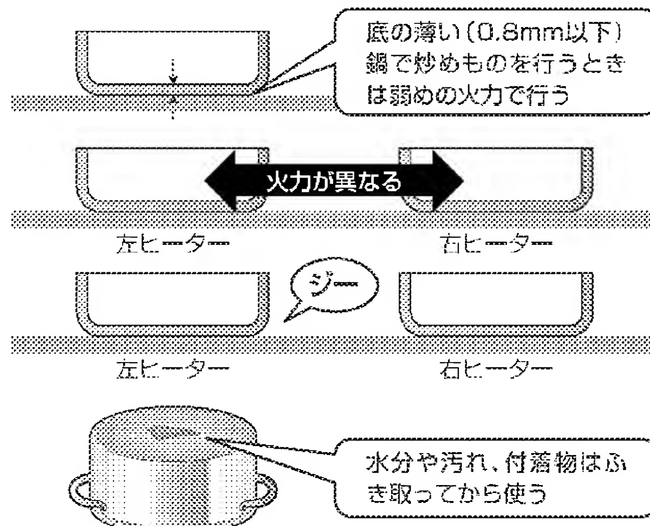
# 安全機能

| 機能 | 検知内容 | 自動停止・表示内容 |
|---|---|---|
| 鍋無し自動停止 | 通電中にIHヒーターから鍋をおろしたり、鍋の位置が大きくずれた。 | 約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（約30秒以内に戻せば通電は継続されます。）P.42 |
| 小物検知自動停止 | IHヒーターの上に、ナイフやフォークなどの金属製小物がある。または直径（12cm未満）の小さな鍋がある。 | 約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（金属製小物を取り除くか、または鍋を交換してください。）P.42 |
| 揚げもの鍋反り検知自動停止 | 天ぷら鍋の鍋底の反りや変形が大きい。 | ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（鍋を交換してください。）P.48 |
| 上面操作部異常検知自動停止 | 上面操作パネルに調理物がふきこぼれたり、水滴などが付着している。上面操作パネルに鍋などを置いている。キーを長押ししている。 | 上面操作パネルの表示に［CP］と表示し、約10秒後にブザーが鳴り通電を停止します。P.47 |
| 切り忘れ防止自動停止 | ヒーター通電後、約45分（オーブン手動は約30分、トーストは約10分、適温サインは適温表示後約15分）経過した。 | ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。P.42 |
| 過熱防止自動停止 | 鍋底温度が異常に上昇した。<br>吸・排気口がふさがれたりして、本体内部の温度が異常に上昇した。 | 火力制御しても鍋底温度が異常に上昇した場合は、ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（鍋底の厚み、異物付着、または吸・排気口を確認してください。）火力が弱い場合や鍋の種類によっては、この機能が働かないことがあります。P.48 |
| オーブン温度過昇防止自動停止 | オーブン内の温度が異常に上昇した。 | ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（オーブン内を冷却してください。）P.49 |
| 高温注意表示 | トッププレートやオーブンが高温（約80℃以上）になっている。 | 高温注意表示が消えるまで触らないようにしてください。高温注意表示中は自動調理はできません。 |
| オートパワーオフ | 電源「入」の状態で約30分放置された。 | 自動的に電源が切れます。（高温注意表示を行っているときは働きません。） |

# IHヒーターと鍋

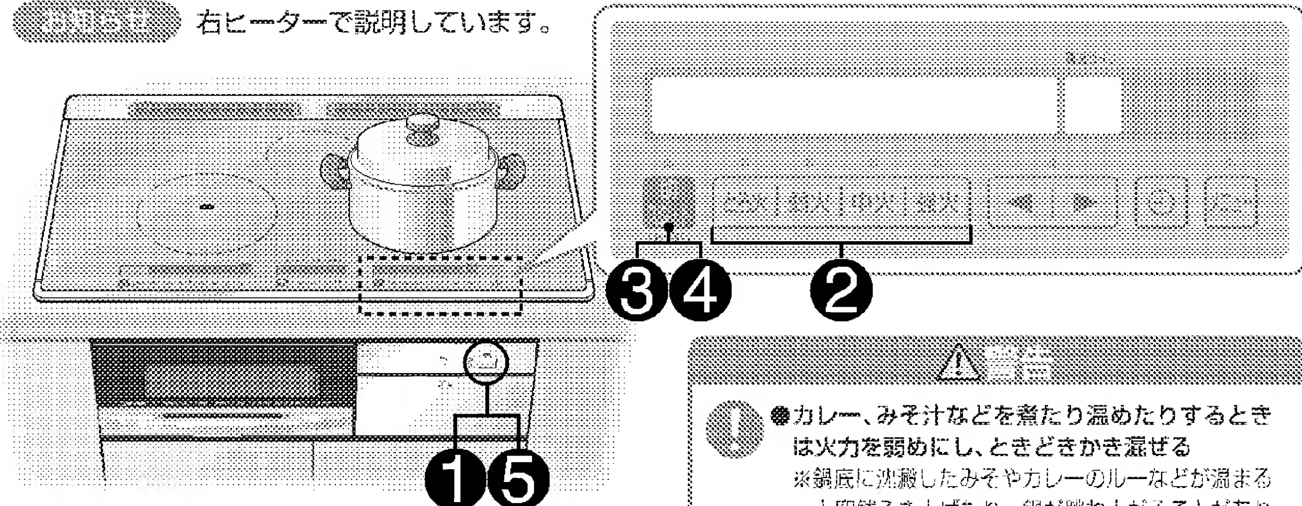
- 鍋底の厚さが薄い（0.8mm以下）鍋は、炒めものや空だきの強めの火力でのご使用はひかえ、弱めの火力で使用してください。（鍋底の変形を防ぎます。）
- 同じ鍋でも、左・右・中央のIHヒーターで火力が異なる場合があります。また小さい鍋では、通電できる場合とできない場合があります。
- 左・右・中央のIHヒーターの同時使用、または鍋の種類によって、音（ジー音、カチカチ音、キーン音など）が発生する場合があります。これは磁力線による鍋の振動で、異常ではありません。そのまま使用してください。
- 鍋底の水分や汚れ、付着物などは、必ずふき取ってから使用してください。（鍋が動いたり、湯気が噴出したりトッププレートに汚れが付着するおそれがあります。）



# 左・右・中央ヒーターで調理をする

## ゆでる、煮る、蒸す、焼く、炒める、温める

お知らせ 右ヒーターで説明しています。



### ⚠警告

●カレー、みそ汁などを煮たり温めたりするときは火力を弱めにし、ときどきかき混ぜる
※鍋底に沈澱したみそやカレーのルーなどが温まると突然ふき上げたり、鍋が跳ね上がることがあり、やけどやトップブレートが割れるおそれがあります。

### ⚠注意

●調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節してください。
●鍋底の薄いもの、鍋底が反っているフライパンや鍋などは「強火」で予熱すると赤熱する場合があります。
●少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れるときは、火力を弱めにするなど過熱しないようにしてください。
※油の温度が急激に上がり、油が発火することがあります。
●火力が強い場合、鍋ややかんの形状などによってはふきこぼれたり、蒸気が勢いよく出るおそれがあります。沸とうしたら火力を下げてください。
●煮込みなどで長時間ご使用時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げつかせないようにしてください。特に調理タイマーを使用するときは焦げつきに注意してください。

**準備** 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

**1** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、
**電源を入れる**（ランプが点灯します）

**2** 左・右ヒーターの場合は とろ火｜弱火｜中火｜強火
中央ヒーターの場合は ◀ ▶
希望の火力を押し、
**ランプを点灯させる**

●「火力」キーを押した後、約10秒以内に「切/スタート」キーを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

**3** を約1秒押し、**通電する**

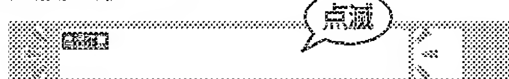
**調理する**

●調理中に火力を調節するには
左・右ヒーターの場合は ［とろ火｜弱火｜中火｜強火］ または ［◀ ▶］
中央ヒーターの場合は ［◀ ▶］ を押します。
タイマーを使うときは P.35

**4** 調理が終わったら
を押し、**通電を切る**

**5** 続けて使わないときは
電源切/入 を押し、**電源を切る**
（ランプが消灯します）

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

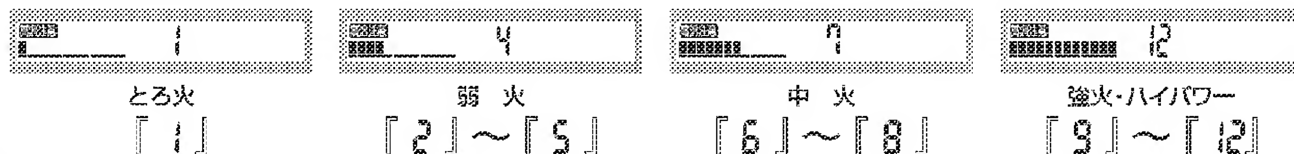




●［切/スタート］を押してから、左・右ヒーターの場合は ［とろ火｜弱火｜中火｜強火］、中央ヒーターの場合は ［◀ ▶］ を押しても通電できます。

# 調理の種類と火力調節の目安

## 火力表示の見かた




| とろ火 | 弱　火 | 中　火 | 強火・ハイパワー |
|---|---|---|---|
| 『1』 | 『2』～『5』 | 『6』～『8』 | 『9』～『12』 |

- 火力に応じて、液晶表示が4色に光り、バーの長さと数値で火力の設定状態を表示します。
- 火力は「1」～「12」まで調節できます。（中央ヒーターの火力は「1」～「9」まで調節できます。）
- 液晶表示は、左・右・中央ヒーターの操作を終えてから約10秒後に減光します。再度操作をすると、もとの明るさに戻ります。

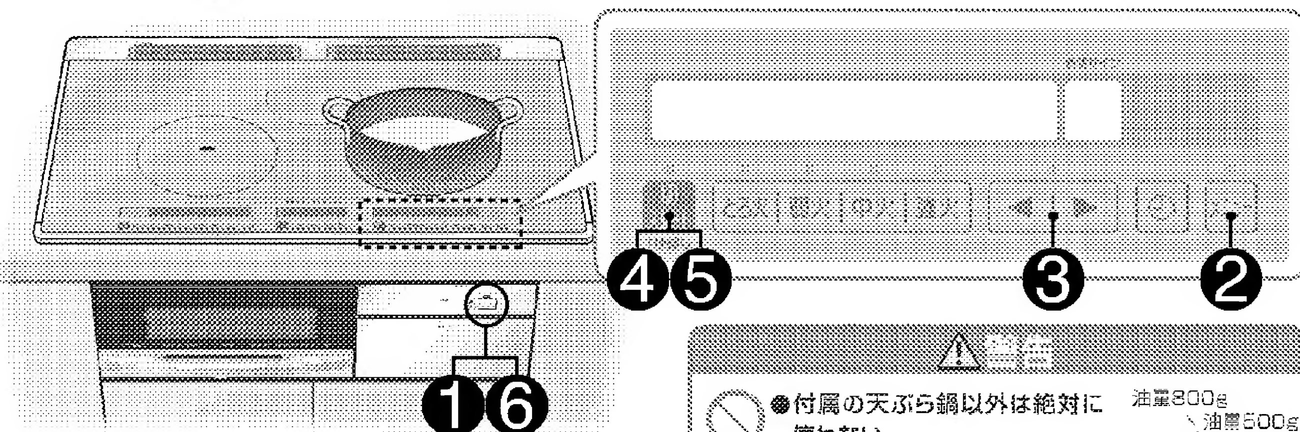
| 火力の目安 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 消費電力 | 100W相当 | 200W相当 | 300W | 400W | 500W | 600W | 1.1kW | 1.4kW | 1.6kW | 2.0kW | 2.6kW | 3.0kW |
| ゆでる | | | | | | ← | めん類・根菜 | | | | 葉菜 → | 沸とう ↔ |
| 煮る | ← カレーなどのとろみのあるもの | | | | → | ← 煮魚など | | → ひと煮たち | | 煮立てる | → | 沸とう ↔ |
| 蒸す | | | 茶わんむし | ↔ | シュウマイ | | | | | | | 沸とう ↔ |
| 焼く | | | ← 卵焼き・オムレツ | | ハンバーグ・ぎょうざ | | | | 肉類 | → | | |
| 炒める | | | ← | 玉ねぎ | ホワイトソース | | 焼きそば・炒飯・野菜炒め | | | → | | |
| 温める | 保温 ↔ | ← カレーのルー・みそ汁 | | 温め直し → | | | | | | | | |

- 火力「12」は火力が強いため、特に少量の材料を調理するときは、鍋やフライパンを傷めるおそれがありますので、火力を下げることをおすすめします。
- 火力「12」の連続使用時間は最大約10分です。10分を超えると自動的に火力「11」に下がります。
- 火力「11」「12」の連続使用時間は合計で最大約15分です。15分を超えると自動的に火力「10」に下がります。
- アルミ・銅鍋などは火力「12」に設定しても最大約2.6kWとなります。

# 左・右ヒーターで調理をする

## 揚げる（揚げものの温度コントロール）

お知らせ　●右ヒーターで説明しています。
●左・右ヒーターで同時に揚げものはできません。



**⚠警告**

●付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない
●油は200g(220mL)~800g(880mL)の範囲で調理する

油量800g　油量500g　油量200g

**準備**　油を入れた付属の天ぷら鍋をIHヒーターの中央に置く

**1**　電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

**2**　を押し、「揚げもの」を**点滅させる**

メニュー選択
点滅
180 揚げもの 保温 湯わかし 炊飯 ステーキ
揚げもの ▷ 湯わかし ▷ 保温 ▷ 炊飯 ▷ 炒めもの ◁ ステーキ ◁

**3**　◀ ▶ を押し、**油温を設定する**

油温設定
150 ◁▷ 160 ◁▷ 170
200 ◁▷ 190 ◁▷ 180

**4**　を約1秒押し、**通電する**

メロディーが鳴ったら適温です。

**適温になったら調理する**

●200gの油で調理する場合は調理物をこまめに裏返してください。

予熱中　180 揚げもの　予熱中
点滅　点灯

適温　180 揚げもの　適温
点灯　点灯

メロディー

●予熱が終了するとメロディーが鳴って、「適温」を表示します。
●800gの油で約10分かかります。

**5**　調理が終わったら

を押し、**通電を切る**

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

点滅

**6**　続けて使わないときは

電源切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）


天ぷら鍋のお手入れは → P.39

## 温度調節の目安

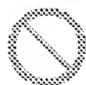
付属の天ぷら鍋・油800g（880mL）の場合

<table>
<tr><th>150</th><th>160</th><th>170</th><th>180</th><th>190</th><th>200</th></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td colspan="3">天ぷら<br>手作りコロッケ<br>エビフライ</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td colspan="3">冷凍食品<br>（コロッケ・メンチカツなど）</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td colspan="3">フライ<br>鶏の唐揚げ<br>ドーナツ</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="3">素揚げ・大学いも<br>ポテトチップ<br>魚の丸揚げ</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">野菜（ししとう辛子、しその葉など）天ぷら<br>とうふ揚げ</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

●油温設定は調理時の温度目安です。油量や材料により異なります。また材料が入っていない場合は、やや高めの温度になります。

## ⚠警告

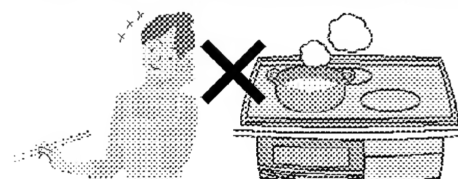
### 揚げもの調理中は



●揚げもの調理中はそばを離れない
●付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない
付属の天ぷら鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因となります。
●鍋底が変形したものは使わない
●油は200g（220mL）未満では調理しない
油は200g（220mL）～800g（880mL）の範囲で調理してください。鍋が違ったり油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また油量が多すぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。



●油煙が多く出たら電源を切る
●鍋はヒーターの中央に置く
●必ず揚げもの温度コントロールを使用する



**ご注意**

■次のような場合、揚げもの鍋反り検知自動停止が作動し、通電を停止することがあります。
・鍋底が約2mm以上反っていたり、変形した鍋を使用した場合（鍋を交換する →P.5）
・鍋底やトッププレートに異物や汚れが付着している場合（お手入れをする →P.15、39）
・予熱中に油を注ぎ足した場合（揚げもの温度コントロールの設定をし直す →P.18）
●油の種類によっては油煙が出る温度が異なります。（油の説明書を確認してください。）
●付属の天ぷら鍋は絶対に空だきしないでください。
●再使用油は油煙が出やすくなります。

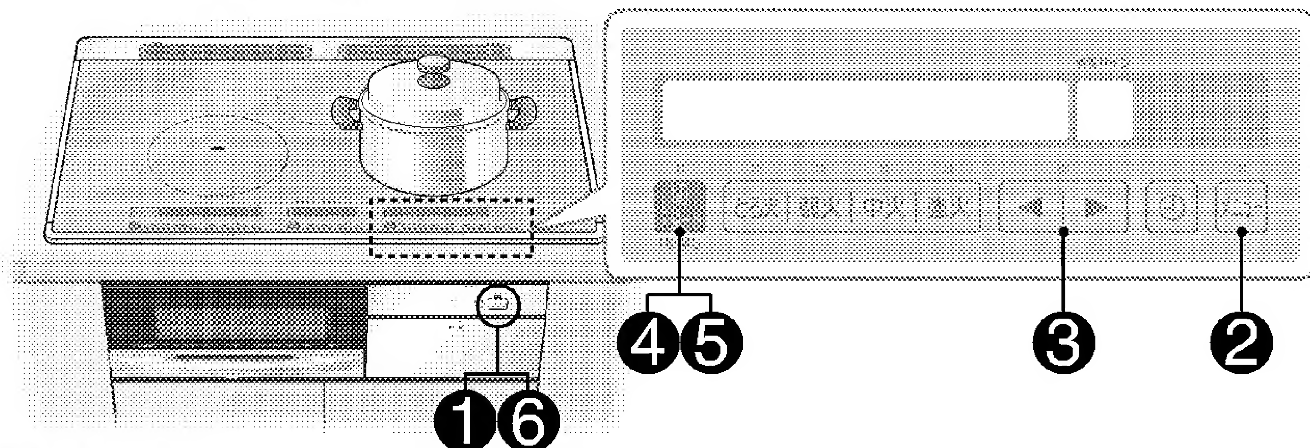
■揚げもの調理中に隣のIHヒーターで湯をわかすなどを行う場合、湯が跳ねて油の中に入らないように火力の調節に注意してください。

■廃油凝固剤を使用する場合は、廃油凝固剤の取扱説明書をご覧ください。

# 左・右ヒーターで調理をする（つづき）

## 保　温

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。
●アルミ・銅鍋は使えません。



**準備** 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

**1** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

**2** メニュー を押し、**「保温」を点滅させる**

**3** ◀ ▶ を押し、**温度を設定する**

**4** を約1秒押し、**通電する**

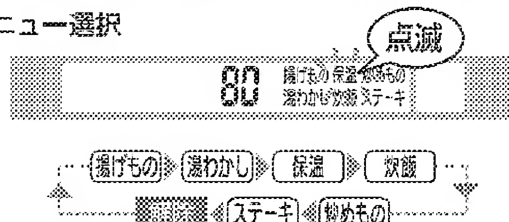
●保温中はときどきかきまぜて、焦げつかせないようにしてください。
●長時間保温すると焦げつく場合があります。

**5** 保温が終わったら
を押し、**通電を切る**

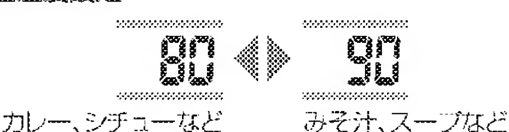
**6** 続けて使わないときは
電源切/入 を押し、**電源を切る**
（ランプが消灯します）

お知らせ
●保温できるのは、汁物（みそ汁、スープなど）やカレー、シチューのみです。（ごはんや炒めものは保温できません。）
●保温できる量は約200～800gまでです。
※必ず調理終了後のあたたかい調理物を保温してください。

メニュー選択




保温温度設定

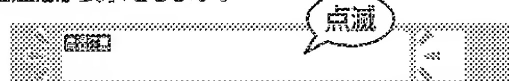



カレー、シチューなど　　みそ汁、スープなど

●温度は目安です。調理物の種類や量、鍋の材質・大きさにより実際の温度と異なる場合があります。
●保温中も温度を変更できます。

●最大約45分で自動的に通電を停止します。
タイマーを使うときは →P.35

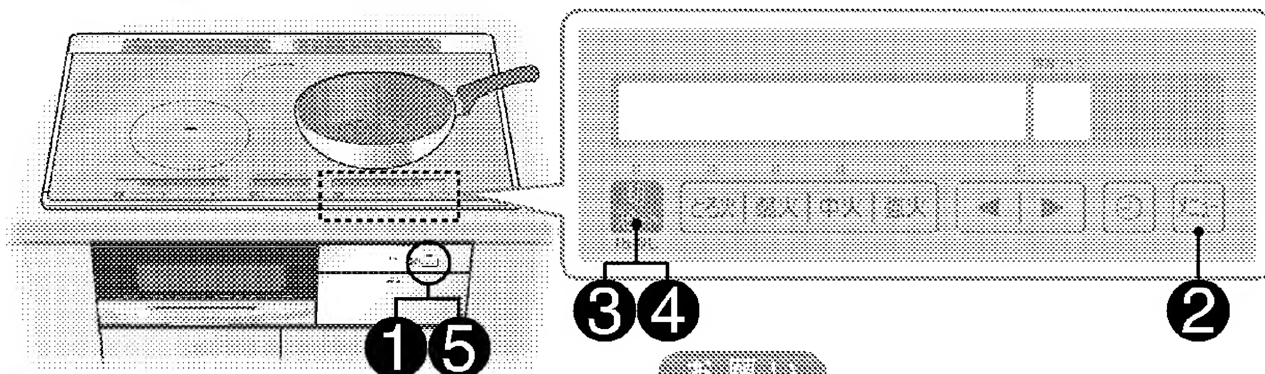
●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



## （適温サイン）炒めもの・ステーキ

材料の投入タイミングをお知らせし、一定の温度を自動で保ちます。

**お知らせ**
- 使用できるフライパンには制限があります。（→P.12）
- 右ヒーターで説明しています。




**準備** 温度を正しくはかるため必ずフライパンをIHヒーターの中央に置く

**1** 電源切/入 [ ] を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

**2** [ ] を押し、**「炒めもの」または「ステーキ」を点滅させる**

**3** **フライパンに油を入れてから**

[ ] を約1秒押し、**通電する**

温度を正しくはかるためフライパンを中央から動かさない

メロディーが鳴ったら適温です。

**適温になったら調理する**

- 連続して調理する場合は、手早く調理物を器に盛り、フライパンを戻してください。

**4** 調理が終わったら、または火力を調節したい場合は

[ ] を押し、**通電を切る**

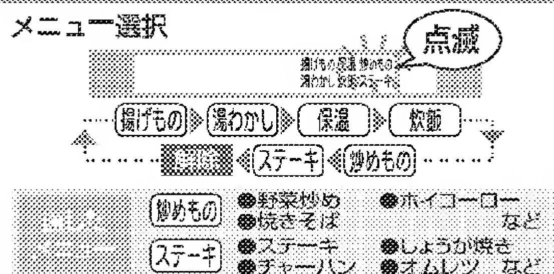
- 火力を調節したい場合は、お好みの火力でご使用ください。（→P.16）

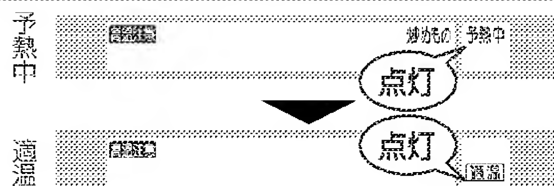
**5** 続けて使わないときは

電源切/入 [ ] を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

**お願い**
- 「高温注意」表示が消灯しトッププレートが冷めてからご使用ください。
- 熱いフライパンは十分冷ましてからご使用ください。（油が過熱され、発火するおそれがあります。）
- 予熱途中でフライパンをとりかえない、フライパンを動かさない。
- 油煙が多く出たら電源を切る。
- フライパンはヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れない。
- 適温になるまでフライパンに材料や水を入れないでご使用ください。

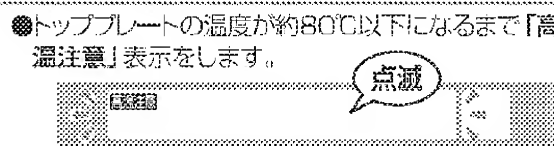
メニュー選択




- 予熱が終了するとメロディーが鳴って、「適温」を表示します。 メロディー
- 推奨フライパン(推奨アルミフライパンを除く)の場合は、約1分で「適温」表示になりますが、推奨フライパン以外で適温サインに使えるフライパンは、安全に予熱を行うため約1～3分かかる場合があります。（→P.12）お急ぎの場合は、お好みの火力でご使用ください。（→P.16）
- 「適温」表示後、約15分で自動的に通電を停止します。

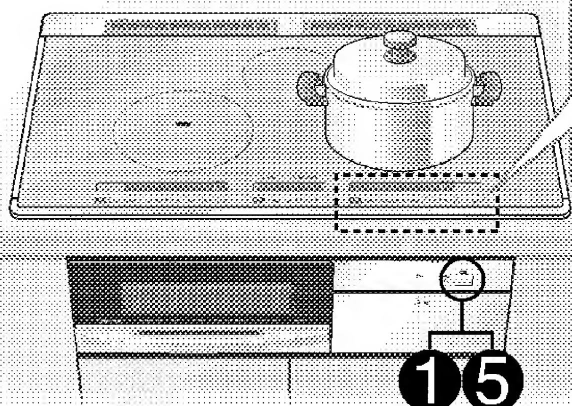
- トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



# 左・右ヒーターで自動調理をする

## 自動炊飯

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。
●アルミ・銅鍋は使えません。




4 3 2

注意

●炊飯中は、飛まつ（泡）が飛び散ります。

お知らせ

●自動炊飯は、約36～40分かかります。
●炊飯終了後、ふたが開かないときは『弱火』で少し加熱すると開けやすくなります。
●炊飯の残時間が確定すると残時間を表示します。

**準備** 材料を入れた鍋 （→P.23）を IHヒーターの中央に置く

**1** 電源切/入 [ ] を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

**2** [メニュー] を押し、**「炊飯」を点滅させる**

**3** [◀ | ▶] を押し、**お米の量を設定する**

**4** [ ] を約1秒押し、**通電する**

**「高温注意」表示中は通電できません。**

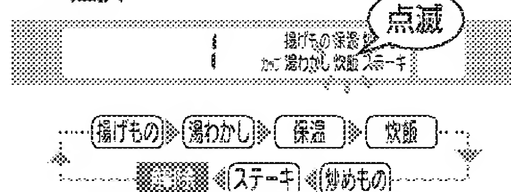
●炊き上げ後、蒸らしが終わると、メロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

**5** 自動炊飯が終わったら **すぐにほぐす**

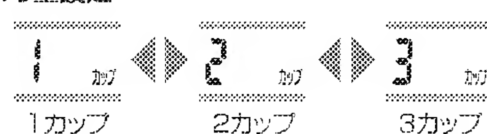
続けて使わないときは

電源切/入 [ ] を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

**メニュー選択**




**お米の量設定**




1カップ 2カップ 3カップ

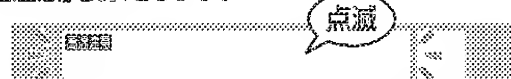
**炊きかげん設定**

●お好みにより炊きかげん（鍋底の焦げ具合）が調節できます。
通電スタート後のランプ点滅中（約10秒間）に [◀ | ▶] を押します。




弱め 標準 強め

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



# 炊飯の準備

## ① 米の量をはかる

●1～3カップが炊けます。
●炊き上がりをお好みのかたさにしたいときは、水量を増したり減らしたりしてください。（増減する量は10%までにしてください。）

| 白　米 | 水 |
|---|---|
| 1カップ（180mL） | 220mL |
| 2カップ（360mL） | 420mL |
| 3カップ（540mL） | 550mL |

| 無洗米 | 水 |
|---|---|
| 1カップ（180mL） | 240mL |
| 2カップ（360mL） | 450mL |
| 3カップ（540mL） | 630mL |

**●米を計量カップではかるとき**

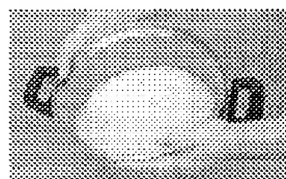


・炊飯器のカップ（180mL）▶ すりきりではかる
・市販のカップ（200mL）▶ 180mLの目盛りに合わせる

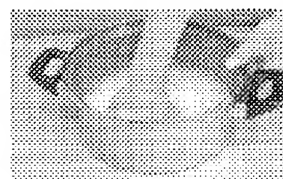



## ② 米を研ぐ

●充分に洗い流してください。（おこげが出来たり、ヌカ臭くなる原因になります。）
●無洗米をご使用のときは、水を入れてにごりが強い場合は軽くすすいでください。



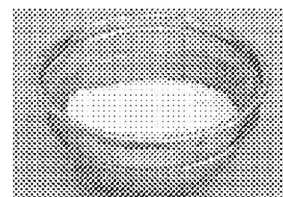
①たっぷりの水でサッとかき混ぜ、水を素早く捨てる。



②「研ぐ→洗い流す」をくり返し、水がきれいになるまで洗う。

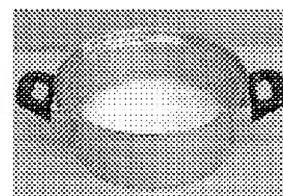
## ③ 米を研いだらざるに上げて充分に水切りをする

●ざるに上げたまま放置しないでください。（米が割れてべちゃつきの原因になります。）



## ④ 水を入れ30分以上浸し、水を含ませる（冬場は1時間以上）

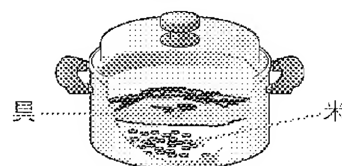
●お湯は使わないでください。（芯が残る原因になります。）
●アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんが黄変したり、べちゃついたりする場合があります。
●無洗米は、必ず底からかき混ぜ米と水をなじませてください。



### 炊き込みごはんを炊くとき

●水量…調味料の分量だけ減らす（米は水だけで浸す）
●具……米の重さの30%程度

炊く直前に、調味料を入れてかき混ぜ、具を米の上に載せる。



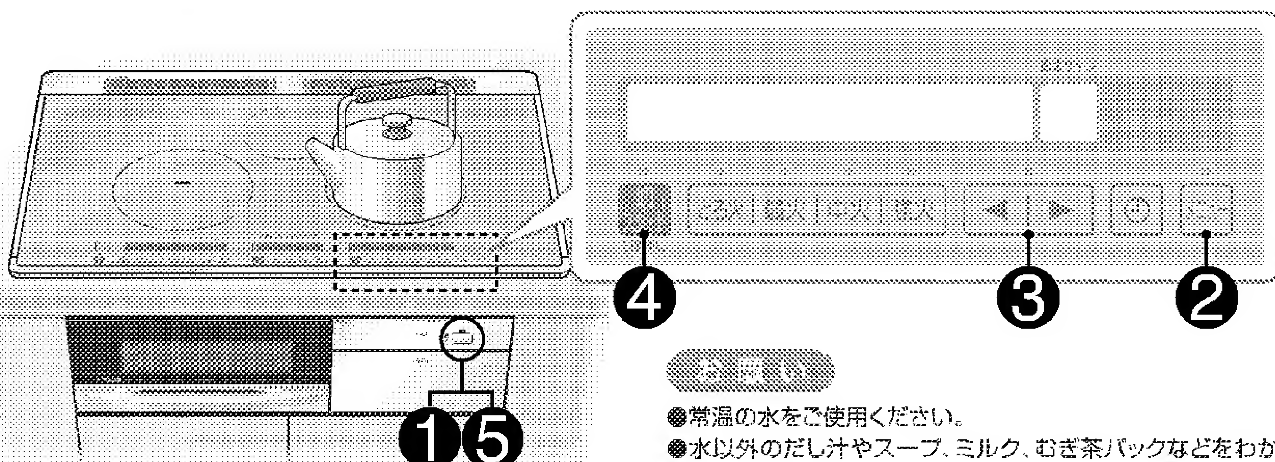

**お知らせ**　**カップ数をまちがえて設定した場合**

●5分以内であれば、キーを押し、一度通電を切り、再操作できます。
●5分以上たつと、自動では炊けません。　火力調節して炊いてください。
・沸とうまで火力「4」、蒸気が出たら火力「1」（約15分）→通電を切って蒸らす。

# 左・右ヒーターで自動調理をする（つづき）

## 自動湯わかし

お知らせ　●右ヒーターで説明しています。
●アルミ・銅鍋は使えません。

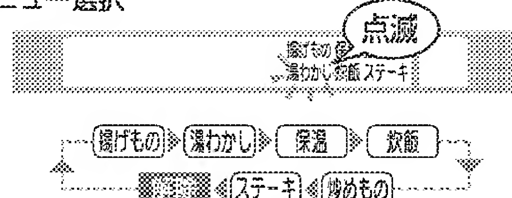


お願い
●常温の水をご使用ください。
●水以外のだし汁やスープ、ミルク、むぎ茶パックなどをわかさないでください。
●水量は1～2L（満水量の60%）までとしてください。
●必ずふたをしてください。

**準備**　水を入れた鍋ややかんをIHヒーターの中央に置く

**1**　電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

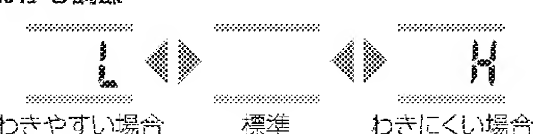
メニュー選択




**2**　メニュー を押し、「湯わかし」を**点滅させる**

**3**　◀ ▶ を押し、湯わかし調節をする

湯わかし調節

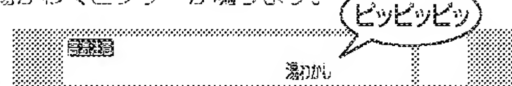



**4**　を約1秒押し、**通電する**

**「高温注意」表示中は通電できません。**

●お湯がわくとブザーが鳴り、約1～5分間保温します。
●保温が終わるとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

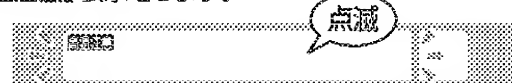
湯わかし中
ふたの開閉、水の追加はしないでください。
お湯がわくとブザーが鳴ります。




●鍋の材質・大きさ・水温・水量などにより、お湯がわく前にブザーが鳴ったり、わいてもすぐに鳴らない場合があります。

**5**　続けて使わないときは
電源切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

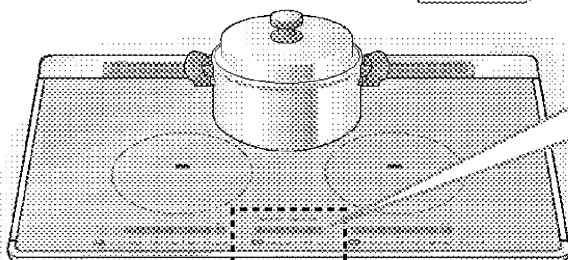
●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。

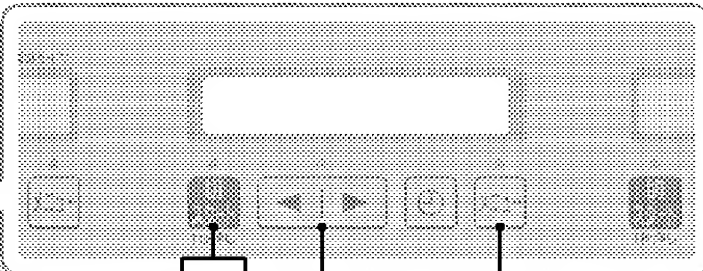


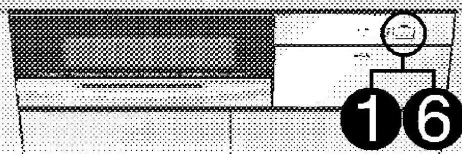
# 中央ヒーターで調理をする

## 煮込み・保温

●煮込みで説明しています。
●保温を使うときは →P.20





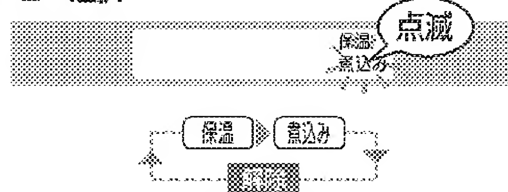

●鍋の大きさは材料と煮汁を入れたときに鍋の高さの1/2～1/3くらいになる大きさが適しています。
●煮汁の量は材料がかぶるくらいが目安です。
●調理物が沸とうしたら煮込みます。
●煮込みできるのはカレー、肉じゃが、ポトフなどです。
●煮込みできる量は約400～800gまでです。

**準備** 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

**1** 電源切/入 [ ] を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

**2** [メニュー] を押し、「煮込み」を**点滅させる**

メニュー選択




**3** [◀ ▶] を押し、**煮込みかげんを設定する**

煮込みかげんの設定




| | | |
|---|---|---|
| カレーやシチューなどとろみをつける調理や少ない量で調理するときに使います。 | 肉じゃが、筑前煮、ロールキャベツ、たこのトマト煮などの調理に使います。 | ポトフ、おでんなど汁気の多い調理や量が多いときに使います。 |

●煮込みかげんは目安です。調理状態を見ながら調節してください。
●煮込み中も煮込みかげんを変更できます。

**4** [ ] を約1秒押し、**通電する**

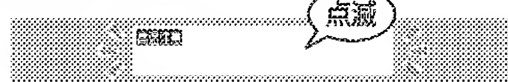
●煮込み中はときどきかきまぜて、焦げつかせないようにしてください。
●長時間煮込むと焦げつく場合があります。

**5** 煮込みが終わったら
[ ] を押し、**通電を切る**

●最大約45分で自動的に通電を停止します。
タイマーを使うときは →P.35

**6** 続けて使わないときに
電源切/入 [ ] を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

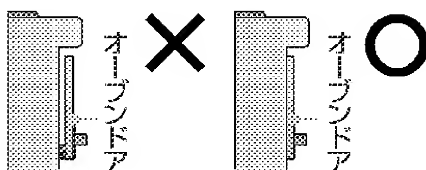
●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



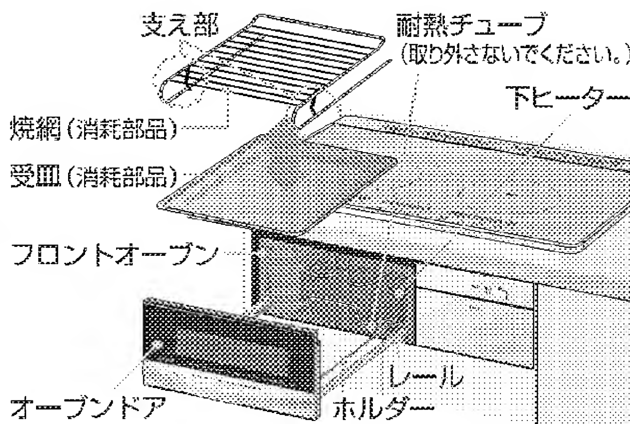
# オーブンで調理をする

## 調理をする前に

●受皿にはアルミホイル、クッキングシート、オーブンシート、グリル用の石などを入れないで使用してください。
●焼網と受皿は必ずセットして使用してください。（やけどや火災の原因となります。）
●受皿はホルダーにセットしてください。（ホルダーの接合部にのりあげたり、下ヒーターに直接載せないでください。）
●焼網は支え部を手前にして受皿にセットしてください。
●オーブンドアはフロントオーブンに密着するまで押し込んでください。




●ホルダー先端に取り付けているチューブは、オーブンの開閉動作を円滑にさせるためのものです。取り外さないでください。




## ⚠注意

●オーブン使用時は必ず換気扇を使用してください。（調理中、排気口から煙が出ます。）
●オーブンドアの開閉は、オーブンドアのとっての中央を持って行ってください。（それ以外ではオーブンドアの開閉ができない場合があります。）
●焼網に材料を載せるときは、焼網からはみ出さないようにしてください。（材料がヒーターにつくと発火するおそれがあります。）
●連続してご使用になる場合は、毎回焼網と受皿の汚れをきれいにし、オーブン庫内の温度を下げてから調理してください。オーブン庫内の温度が高いまま調理すると、センサーが正しく働かず早めに調理が終了したり、調理時間が長くなったりします。（高温のためやけどに注意する。）
●自動調理の途中でオーブンドアを開けないでください。上手に調理できません。
●長時間オーブンを使用すると、オーブンドアのとっての下側が熱くなるのでご注意ください。
●調理中、オーブンドアがくもったり、周りに露がついたりすることがあります。周りについた露はふきんでふき取ってください。
●オーブンドアはゆっくり開閉してください。（調理物が焼網から落ちる場合があります。）
●ガラス容器や陶器容器は、焼網からすべり落ちたり焼網の傷つきの原因となるため容器の底にアルミホイルを密着させて使用してください。
●オーブンドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります。
●調理中、吸・排気カバーの上に鍋などを置いて吸・排気口をふさぐと、オーブンドアから煙が漏れたり、オーブンドアの周囲や下側に露がついたりします。
●アルミホイルを使うときは、ヒーターに触れないように注意してください。（ヒーターにつくと発火するおそれがあります。）
●もちはヒーターに触れるので焼かないでください。焼く場合はフライパンで焼いてください。（➡P.55）

**お知らせ**

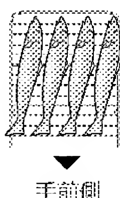
●通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されにおいや煙が出ることがあります。
●調理中、材料の脂などが下ヒーターや受皿に落ちると、においや煙が出ることがあります。
●調理中はヒーターがついたり消えたりしますが、温度調節しているためで故障ではありません。
●調理直後にオーブンドアを引き出すと、煙が前面から出ます。特に脂分の多い魚などを焼いたあとは、30秒程度待ってから引き出してください。
●ヒーターのクリーニングを途中で終了したときは、ヒーターについた脂が残るため、次回調理をするとき、最初ににおいや煙が出ることがあります。
●オーブン調理はメニューに応じて上・下ヒーターを自動的に切り替えます。メニューによっては上・下ヒーターの通電を細かく切り替えるため、ヒーターが赤くならない場合があります。
●手動調理は上・下ヒーターの通電を細かく切り替えて両面を焼き上げるため、自動調理で調理するときよりも仕上がりに時間がかかる場合があります。

# 調理のポイント

## 魚焼き調理のこつ

●魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、焼網の手前側に尾を向けてください。

●魚を1～4尾焼く場合は、ヒーター形状により置く位置で焼き色がつきにくい場合がありますので魚を斜めに置いてください。




●焼網にサラダ油などを塗っておくと調理物が焼網に付着しにくく、取り出しやすくなります。

●焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、脂ののり具合、魚の温度、塩のふりかげんによって違います。（塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります。）お好みにより「仕上がり」キーで調節してください。

●生魚（さんまやあじなど）は、焼き色がつきにくいので、調理する約10～20分前に塩をふっておきます。

●冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。魚の内部が冷たいため、中まで火が通りにくく焼き不足になったり、湿度センサーが正しく働かず焼き過ぎたりします。

●厚みのある魚は、そのまま焼くと中まで火が通りにくく、焼き不足になりますので皮に切れ目を入れてください。

●焼網よりも大きな魚を調理する場合は、半分に切ってください。

●複数の食品を焼くときは種類、大きさ、厚さをそろえてください。小さいものや火の通りやすいものは、焼き過ぎになります。

●塩さんま（生）は、保存（冷蔵）期間が2日以上の場合、切身・ひものメニューで焼いてください。（皮が乾燥しているので丸焼きメニューで焼くと皮が裂けたり焦げやすくなります。）

●はらわたを取ったさんま（生）は、切身・ひものメニューで焼いてください。

●つけ焼きのたれは、よく落としてください。たれやみそが多くついていると焦げやすくなります。お好みにより「仕上がり」キーで調節してください。

## 自動調理のこつ

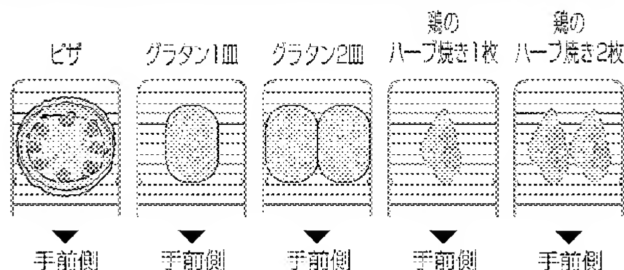
●冷凍食品を調理するときは、解凍せずに冷凍のまま調理してください。

●冷凍ピザや冷蔵ピザを調理するときは、包装を外してからアルミホイルをピザのまわりにそって折り曲げてください。

●冷凍グラタンを調理するときは、包装を外してからアルミケース皿のまま入れてください。（電子レンジ用のプラスチック容器の冷凍グラタンは、焼くことができません。）

●焼き豚などの中まで火をとおすメニューは、食材の厚さを4cm以下にしてください。

●調理するときの置き方は、図の例のように焼網の中央部に置いてください。




## 手動調理のこつ

●受皿に水を入れない。

●小さくて焼網に載せられない場合は、アルミホイルを敷いてから載せる。

●食品やアルミホイルなどが焼網からはみ出さないように載せる。

●器や型の高さは4cm以下のものを使う。

●ケーキを焼く場合はアルミホイルで作った型に生地を流し込んで焼く。

●グラタンやアップルパイなど器や型を使って焼くときは、器や型の底をアルミホイルで包む。

●表面の焼き色がつきすぎるときはアルミホイルをかぶせて焼く。

●加熱途中で様子をみながら加熱し、器や型の前後を入れかえる。

●焼き色が濃すぎたり、薄すぎるときは温度を調節する。

●ケーキの焼き上がりの目安は竹串などを刺してみて生地がつかないとでき上がり。

●連続して焼く場合は焼き時間を短くする。

## トースト調理のこつ

●受皿に水を入れない。

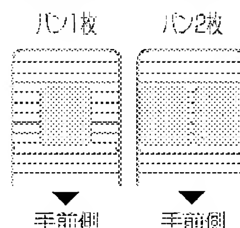
●焼網にアルミホイルを敷いて焼くと焼き色がつきにくくなります。

●食材の厚さは4cm以下にしてください。

●連続して焼く場合は様子をみながら調理し、焼き時間を短くする。

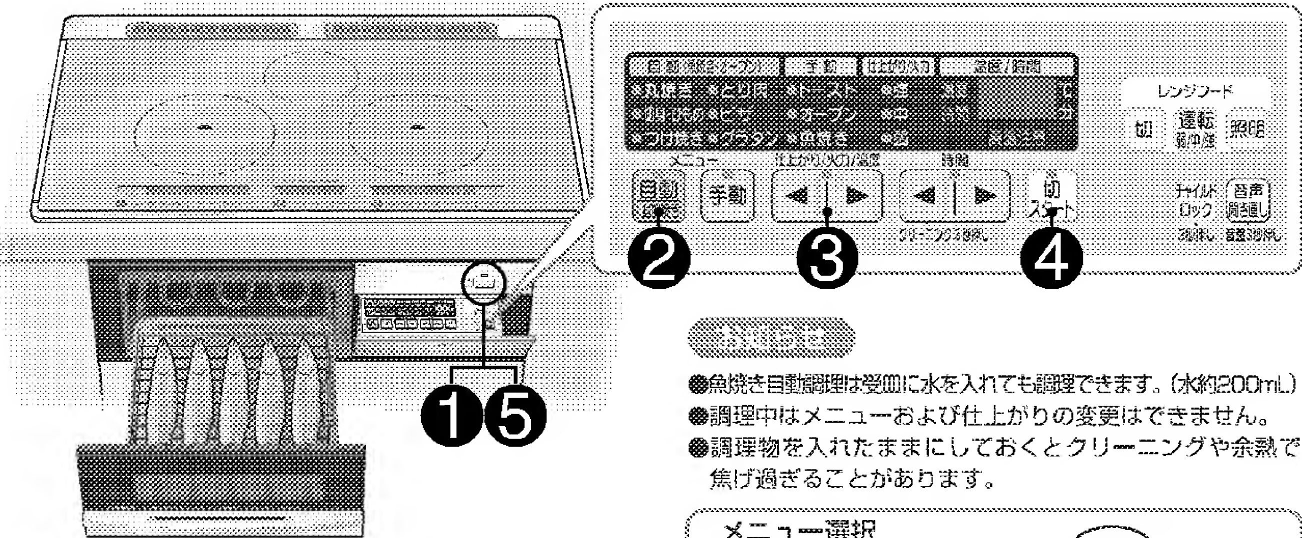
●冷凍されたパンを焼く場合は様子をみながら調理してください。

●調理するときの置き方は、図の例のように焼網の中央部に置いてください。



# オーブンで調理をする（つづき）

## 自動調理をする



**お知らせ**

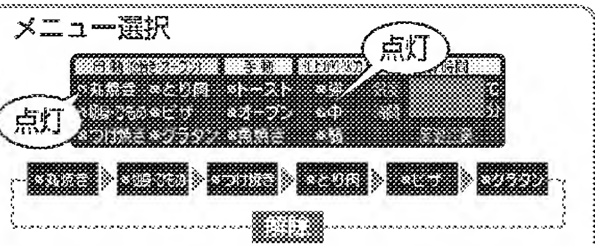
- 魚焼き自動調理は受皿に水を入れても調理できます。（水約200mL）
- 調理中はメニューおよび仕上がりの変更はできません。
- 調理物を入れたままにしておくとクリーニングや余熱で焦げ過ぎることがあります。

**準備** 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

**1** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源を入れる**（ランプが点灯します）

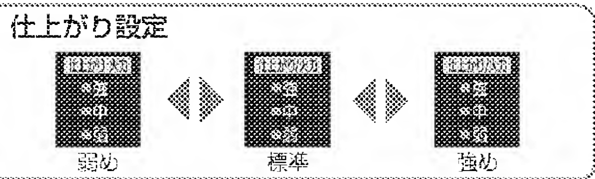
**2** 自動 を押し、希望のメニューの**ランプを点灯させる**

メニュー選択




**3** 仕上がり/火力/温度 ◀|▶ を押し、**材料に適した仕上がりに設定する**

仕上がり設定




**4** 切/スタート を押し、**通電する**

メロディーが鳴ったら終了です。

**調理物を取り出します**

- 時間表示に「 」と表示され、途中から調理の残時間を表示します。



- 調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング（ 表示）を行い、自動 のランプが点滅します。（ヒーターを加熱してヒーターに付着した脂分を焼き切ります。）焼きが足りないときは、追加焼きで様子をみながら、さらに焼いてください。（➡P.34）
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切/スタート を押してください。

**5** 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、**電源を切る**（ランプが消灯します）

- 庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

